

給食委員会だより

澄み渡る夜空に瞬く星が一層美しい季節です。寒暖の変化に体調管理が難しく、いっそう食事の管理に気を遣う日々となりました。皆様には、日頃からPTA活動にご協力頂きありがとうございます。

給食委員会は、学校と給食センターと保護者との情報共有、連携のために活動しております。恒例の活動である試食会が、第二給食センターの栄養士である久保さん同席のもと6月27日と10月23日に行われ、給食を試食しながら意見交換を行いました。(10月23日は学校での給食試食参観)

試食会の様子やアンケート結果など、以下掲載しておりますのでご覧ください。
なお、給食センターでは、試食を随時実施しておりますので、第二給食センターまでお問い合わせ下さい。

6/27 試食会の様子 (栄養士さんのお話)

献立の工夫 1

3学期にリクエスト給食を行う予定です。
人気の定番メニューは「国立ほうれんそうアイス」です！

献立の工夫 2

安全で新鮮な地場野菜や旬の食材を使い、苦手な食材を克服するような献立を考えています。

献立の工夫 3

国立の他校が休みの時はピザなど手の込んだ手作りメニューを献立に入れます。



野菜について

野菜が残ることが多いようです。家庭で食べない苦手な食材を献立にして欲しいとの要望が多いので、給食で提供していますが、家庭で食べない苦手な食材は、給食でも残菜となることが多いようです。

試食会アンケート結果

《6月27日試食会メニュー》

	美味 しい	普通	不満
茄子とトマトのカレーライス	8	2	0
夏のベジタブルコロッケ	8	2	0
国立産トウモロコシ	10	0	0
低温殺菌牛乳	9	1	0

- ・カレーはスパイシーで トマトの酸味が爽やか。
- ・コロッケは手作りでサクサクしていてとても美味しかった
- ・国立産トウモロコシは色、甘さ、張りもあり美味しかった。
- ・地産地消、旬の食材を積極的に取り入れて欲しい。

《10月23日給食試食参観日メニュー》

	美味 しい	普通	不満
かきたまうどん	4	4	0
笹かまの磯辺揚げ	7	1	0
白玉ぜんざい	8	0	0
低温殺菌牛乳	7	1	0

- ・かきたまうどんは具たくさん、薄味でやさしい味。
- ・笹かまは歯ごたえがあり美味しかった。
- ・ぜんざいは給食センターの手作りメニューで、とても美味しかった。
(作り方を載せています。)

～低温殺菌牛乳～

一般的な牛乳のほとんどは高温殺菌ですが国立市の給食牛乳は低温殺菌のものを使用しています。生乳の風味でたんぱく質やカルシウムの変性度が少ないことで知られています。



《給食試食参観日の感想》

- ・三年生は給食を食べる姿を見るのは最後でした。楽しそうに食べている姿を見るのが出来て良かった。
- ・授業参観とは違い、リラックスした姿が見られて学校生活がよく分かりました。
- ・参観日が少ないので、この機会に子供の様子が見れて良かった。

《白玉ぜんざいの作り方》

★材料 (4人分) ★

あずき……………80g
 上白糖……………大さじ5弱
 水あめ……………大さじ2
 塩……………少々
 冷凍白玉団子…160g

★作り方★

- ①あずきを一晩水につける。
- ②たっぷりの水であずきを2度茹でする。
(しっかり灰汁を取るため、ここが美味しくなるポイント！)
- ③2度目に下茹でした煮汁の1カップ程度であずきが柔らかくなるまで煮る。
- ④あずきが柔らかくなったら、調味料を入れる。
- ⑤茹でた白玉団子と一緒に盛り付ける。



国立一中配膳員さんのお仕事

配膳員は各校 2~3 名でお仕事をしています

①準備（出勤）

今日の献立の確認と体調のチェック
配膳室の清掃・着替え・手洗いなど

②配膳準備 1

保冷庫の温度の確認。牛乳の納品数確認
牛乳瓶のひび割れなどをチェックしながら、
クラスごとに専用のケースに入れ替えます。

③配膳準備 2

パン・麺・デザートなど給食センター以外
から納品される食品をクラスごとに分けます。
ゼリーなど保冷しなければならない食材は
保冷庫で配食まで保存します。
温度管理・異物混入などが起きないように、
注意しながら配膳業務を行います。

④配膳作業 3

第二給食センターから給食を乗せたトラックが
到着します。
生徒が配膳しやすいように配膳室器具・箸・
食器などをセッティングします。
クラスごとに配食数が違うため、慎重に
決められた通りに作業します。

⑤検食（休憩）

休憩を兼ねて、生徒と同じ給食を検食します。

⑥片付け

各階にある配膳室からワゴン・牛乳瓶などを回収
牛乳箱から空瓶を取り出し、牛乳箱を洗浄するとともに、
各階の配膳室の清掃作業を行います。
第二給食センターから来るトラックにワゴンを積み込む
作業をします。

日報作成し、給食センターに報告します。

⑦終了

着替えと手洗いをして、終了です。

このワゴンでは4クラス分の
温かい給食を保管するこ
とができます。
とても重いので慎重に作業
します。



常温のおかず

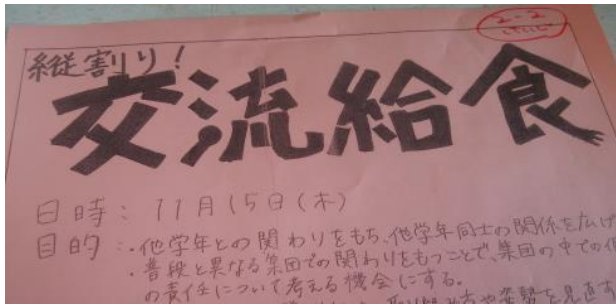
牛乳箱



パン・麺・ごはん など



交流給食が開催されました！



11月に1年生から3年生交えての給食を一緒に食べる生徒会が起案した一中初の企画がありました。



《交流給食の献立》

そばろごはん

おでん

鮭のねぎ塩焼き

にんじん焼売

鶏肉の唐揚げ

フライドポテト

飲むヨーグルト

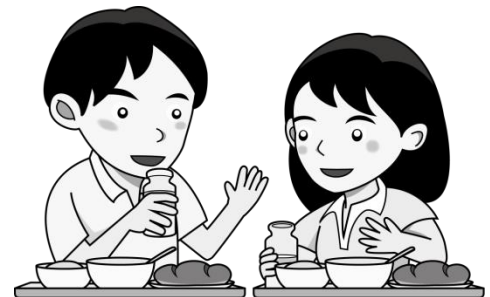
交流給食の様子

副校長先生に事前に見学の許可をいただき給食の様子を見学しました。

1年生は緊張気味で、2年生は久しぶりに部活の先輩と再会、3年生は少し恥ずかしがっている様子でした。

給食センターのご協力により豪華なメニューでの交流給食となりました。

国立市給食センターのホームページには献立の写真が毎日UPされています。夕食の献立を考えるときの参考にもなります。是非見てみてください！



給食委員会について

今年度は委員長1名、副委員長3名、献立作成委員2名、物資納入委員2名の計8名で活動しました。栄養士さんから直接お話を伺うことができ給食のことがよくわかります。今年度も楽しく活動できました。主な仕事は年に2回の試食会の実施、給食だよりの発行、献立作成委員会・物資納入委員会への参加です。